ई-साहित्य प्रकाशन
वर्ष दुसरे, अंक १०, दिनांक ८ मार्च २०१०

स्त्री अक्षरी



मी एक स्वप्न ...अपूर्ण

पहाटे विस्कटणारं, तुटणारं
तरीही रोज रात्री डोळ्यांच्या बंद कुपीत उघडणारं
मी एक स्वप्न... अपूर्ण

मी एक मर्यादा ...अमर्यादित

स्वतःच क्षितिज स्वतःच ठरवणारी
तरीही आखलेल्या चौकटीत रमणारी
मी एक मर्यादा... अमर्यादित

मी एक आक्रोश ...संयमी

किंचाळणारी, तडफडणारी
तरीही अविचल तटस्थ उभी अशी
मी एक आक्रोश... संयमी

मी एक शांतता ...बोलकी

अखंड निरव पसरलेली
तरीही स्वतःची प्रत्येक भावना सांगणारी
मी एक शांतता... बोलकी

मी एक भीती ...धाडसी

घाबरणारी, थरथर कापणारी
तरीही धैर्याने स्वतःवर मात करणारी
मी एक भीती... धाडसी

मी एक कोडं ...मलाच पडलेलं

गुंतलेलं, कधी ही न उलगडलेलं
तरीही सुटण्यासाठी रोज उत्सुक असलेलं
मी एक कोडं... मलाच पडलेलं

मी एक प्रतिबिंब ...माझच

पाण्यात तरंग पडताच लुप्त होणारं
तरीही पुन्हा कुठेतरी, कधीतरी मलाच गवसलेलं
मी एक प्रतिबिंब... माझच

मी एक कविता ...अव्यक्त

न कळलेली, न उमजलेली
तरीही मनात खोल रुजलेली, बहरलेली
मी एक कविता... अव्यक्त

मी... मी एक स्त्री...

संपूर्ण, संतुष्ट, स्वयंभू..... मी एक स्त्री

अतिथी संपादिका

चैताली म्हापसेकर (मुंबई)

संपादिका

भारती सरमळकर (मुंबई)

सह संपादक

सोनाली घाटपांडे (पुणे)

स्वप्ना कोल्हे (नाशिक)

सचिन काकडे (मुंबई)

मी न खूप खास आहे...... कारण मी एक "स्त्री"आहे.

खरं सांगायच तर मी "ती" च्या शिवाय अपूर्ण आहे, रिती आहे. माझ्यातली "स्त्री"च मला संपूर्ण करते. माझ अस्तित्व "ती" च्या शिवाय काहीच नाही. मला तर नेहमी असच वाटतं की प्रत्येक स्त्री ही खासच असते. मी तर रोंज स्त्री दिन साजरा होताना पाहते. कधी कुणी खेळात नाव कमवतय तर कुणी अवकाशयानातून अंतराळात झेप घेतयं, कुणी पुरुषांच्या बरोबरीने यशाची एक एक उंची गाठतयं तर कुणी घरातल्या सर्व जबाबदा-या अगदी चोंख पार पाडतयं... मी, तू आणि हो ती सुद्धा आपण सर्वच खास आहोंत. माझ्यातल्या स्त्रीने मला एक सुंदर विश्व दिलं, जगासमोर एक ऑळख दिली... आलेल्या प्रत्येक संकटाला लढण्याची जिद्द दिली...बळ दिलं....आनंदात सुखात सगळ्यांना सामावून घेऊन पुढे चालण्याची शिकवण दिली.... तरल भावुक नाती दिली....माझ्यातल्या स्त्रीने मला माझ "मी" पण दिलं... डोंळ्यातल्या अश्रुपासून ऑठांवरच्या हसूपर्यंतच्या प्रत्येक क्षणात "ती" माझी सखी बनली. आज नेटाक्षरीचा हा महिला दिन विशेषांक करताना "मी" त्या सखीचे मनापासून शतशः आभार मानते... आज नेटाक्षरीच्या ह्या अंकात आपल्यातल्याच अश्याच काही खास सखींना आम्ही आपल्यासमोंर आणत आहोत... तुझ्यातली माझ्यातली आपल्यातलीच एक "अस्मिता" आज आपल्याशी गप्पा मारणार आहे... तिच्यातली सखी आज आपल्या सर्वांना भेटायला येणार आहे... चला तर आहात न तयार त्या अस्मितेला भेटायला?

नेटाक्षरीच्या संपूर्ण टिम कडून आमच्या सर्व सख्यांना जागतिक महिला दिनाच्या खूप खूप शुभेच्छा !!!

भारती सरमळकर
संपादिका, मुंबई

Dear Woman

You are so special!!!



तुझ्यातली

माझ्यातली

आपल्यातलीच

एक......

“अस्मिता”

चैताली म्हापसेकर

अतिथी संपादिका

मुंबई

ऑर्कुटच विश्व हाती आले ते साधारण तीन वर्षापूर्वी. त्या नंतर कवितांच्या वेडापायी वेगवेगळ्या कम्युनिटीवर जावून कविता वाचण्याचा छंद लागलेला. कविता करण्याची सुरुवात शाळेत असताना झाली साधारण ६ वर्षापूर्वी...कवितांपेक्षा चारॊळ्यांच वेड अधिक त्यामुळे एका दिवशी ऑर्कुटवर चारॊळ्या शोधताना मला काव्यांजली भेटली आणि नंतर ती माझीच झाली. मग कविता पोस्ट करणं. चारॊळ्यांची जुगलबंदी करणं...एकमेकांना प्रोत्साहन देत कवितांना रिप्लाय करणं. हे सगळं करताना काव्यांजलीची शब्दांजली झाली. गप्पांजली झाली. मित्रमंडळ वाढलं ऑडवाटेच्या कविता जन्माला आली आणि मग आता धडाक्यात सुरु असलेलं नेटाक्षरी हे ई-साप्ताहीक. काव्यांजलीच्या ह्या उपक्रमातून वेगवेगळ्या पठडीच्या कविता वेगवेगळ्या विषयांसोबत अगदी कलात्मक रित्या मांडण्याच काम ह्या मित्रांकडून होतयं. ते जगभर पोहोचतय. मी काव्यांजलीमय आहे म्हणूनच ह्याच खूप कौतुकही आहेच मला.... तुम्हा सगळ्यांना माझ्या खूप खूप शुभेच्छा...

स्त्री..... इतरांपेक्षा स्वतःच्याच अधिक जवळ असलेली, स्वतःवर प्रेम करणारी, मनातल्या तरल भावनांवर विश्वासाची हळुवार फुंकर घालणारी. भावनेच्या आहारी न जाता हि सर्वस्व देणारी अशी. हल्ली तिला एखाद्या नात्याला चौकटीत मढवायला आवडत नाही... पण नात्यांची विण कशी घट्ट राहील ह्याचही भान ती विसरलेली नसते... वेगवेगळ्या उंची गाठताना पाय जमिनीवर घट्ट रोवून ठेवण्याच सामर्थ्य असत तिच्यात... ती वेड्यासारखी स्वप्न पाहते आणि पूर्ण हॊण्यासाठी प्रयत्नही तितकेच करते... *outdated rules* ती झुगारुन देते.. *change* तिलाही हवा असतोच न.. *one step back* म्हणत नेहमी ती धावायला तयार होते... म्हणूनच हा “स्त्री दिन” साजरा करताना ती “दीन” होणार नाही ह्याची काळजी प्रत्येक स्त्री आणि पुरुषाने घ्यायला हवी...

स्त्री दिनाच्या शुभेच्छा आणि *be proud to be a woman...*

चैताली म्हापसेकर

अतिथी संपादिका - मुंबई

.......इतकच.......

केस मोकळे सोडून आरशा समोर उभी असताना
जाणवलं अल्हड भातुकलीच वय आता मागे पडलय
'मी मोठी झालीय'
शरीराने अन मनाने
...काहितरी खुणावतय
काहितरी वेगळच...
मनातली फुलपाखरं आणि
अंगावरचा काटा मला जपावासा वाटतोय
मी वेंधळी नाही, माझ "मी पण" जपता जपता
मला स्वतःवरती प्रेम करावसं वाटतय.
हळुच आलेल्या "स्त्रीत्वावर" प्रेम करावसं वाटतय
आरशात पाहता पाहता मी अजुन मोठी होईन
केसांचा रंग बदलेल
तो होईल पांढराशुभ्र...
मोठी होता होता मी खुप काही जिंकल असेन
नात्यांची साठवण केली असेन
जगाच्या वर्तुळातल्या कोप-यांचा शोध घेतला असेन
हे सार करताना मी स्वतःवर अधिकाधिक प्रेम करायला शिकली असेन..
आता मात्र पुन्हा अल्हड व्हावसं वाटेल..
समोरच्या आरशात स्वतःला निरखुन पाहताना मला दिसेल
फक्त सुख
मी "स्त्री" म्हणून इतरांना दिलेलं
आणि
एक स्त्री म्हणून मला मिळालेलं
मोकळ्या केसाची वेणी बांधून
स्त्री म्हणून जगायला तयार व्हायचयं मला..
इतकच......



चैताली म्हापसेकर
अतिथी संपादिका - मुंबई

.......सख्खी.......

भरकटले कधी गलबत माझे
शीडात अवखळ उधाण वारा
अशा क्षणी तू आई बनलीस
दाखविला धृवाचा तारा

भय धडधडले छातीपाशी
उदासवाणी संध्याकाळ
सावरशी बॉटाला धरुनी
बहीण बनूनी हॉशी ढाल

खडबडीत या खडकाला तू
रातराणीचा देशी गंध
भार्या बनूनी उटणे चॉळीशी
सुखांस ना कुठला निर्बंध

झंझावाती वर्षे थकता
कन्या बनूनी डाव मांडिशी
नवे बालपण धुसमुसळेसे
हट्टाने अंगात सांडिशी

तुझ्याविणा मी पूर्ण अधुरा
जसा कुंद वठलेला वृक्ष
चव जगण्याची दिलीस सखये
तुजविण अळणी बेचव रुक्ष

आजी, मामी, काकी, सासू
भाची, पुतणी, मैत्रीण, नात
रुपे सुखांची ईश्वर नश्वर
तूच मनाला सख्खी साथ

नाम गुम जायेगा
ठाणे



तुझ्यातली

माझ्यातली

आपल्यातलीच

एक ......

“अस्मिता”



भाग्यश्री नचिकेत सरदेसाई

गृहिणी व ब्लॉग राईटर

मिशिगन,अमेरिका

नमस्कार सख्यांनों, मी भाग्यश्री. ‘महिला दिनाच्या’ सगळ्यांना मनःपूर्वक शुभेच्छा ! सर्वसामान्य मध्यमवर्गीय घरातलीच मीही एक. ग्रॅज्युएशन नंतर लगेचच सरकारी नोकरी मिळाली. १७ वर्षे इमानेइतबारे ती केली. सध्या अमेरिकेतील मिशिगन येथे वास्तव्य आहे. येथे हि दोन वर्षे इन्शुरन्स कंपनीत नोकरी केल्यावर आता मात्र पूर्णवेळ गृहिणी आहे. अमेरिकेत राहत असले तरी मनाने मी बरेचदा मायदेशातच रमते. आपले सणवार आले की जीव अजूनच खालीवर होतों. गेल्या दहा वर्षात इंटरनेटचा वापर लक्षणीय वाढला. रोजचे मेल्स, चॅटींग-वेबकॅम, फॉटों, चित्रफितीची देवाणघेवाण एवढेच नाही तर अगदी आईकडे गणपती बसतानाची पूजा आणि आरतीत आम्हाला सहभागी होता येउ लागले. खूपच मजा यते. मुख्य म्हणजे तुटल्यासारखी वाटणारी भावना थोंडीशी कमी होते.

घरातले काम आटोपले की काही वेळ नक्कीच मोकळा मिळतो. सारखे वाटत होते की काहीतरी करावे. अगदी लहानपणापासून कविता, डायरी लिहिण्याचे व वेड्यासारखे वाचन करण्याचे वेड होतेच. कुठेतरी मनात आपण लिखाण करावे ही दबलेली इच्छाही होतीच. म्हणून मनाचा हिय्या करुन १८ फेब्रुवारी, २००९ रोजी **“सरदेसाईज”** (http://sardesaies.blogspot.com) ब्लॉग सुरु केला. सुरुवातीला चाचपडत हळूहळू सुधारणा करत लिखाण सुरु केले. म्हणजे अगदी ब्लॉग कसा बनवायचा पासून....अनेक तांत्रिक गोंष्टी नव्यानेच पाहत होंते, अडखळत शिकत ब्लॉग सुरु केला. नियमित लिखाण करायचे असे मनात असले तरी, मुळात लिहायला जमेल का? हा प्रश्न होताच. विचार केला निदान सुरुवात तर करु... नाहीच जमले तर....पण मी विक्रमादित्याची बहीण आहे. वेताळ कितीही वेळा निसटून गेला तरी हट्ट सोंडायचा नाही. प्रयत्न करीत राहायचे. इतक्या वर्षात मनात बरेच काही साचलेले होतेच परंतु त्यांना शब्दात उतरवणे, एका सूत्रात बांधणे, वाचनीय करणे हे तसे सोंपे नाही. नेटाने व जिद्दीने दिसामाजी काही लिहावेच हे धोरण ठेवून लिहीत होते. माझ्यासाठी ब्लाग लिहीणे म्हणजे, “मनात अनेक विचार नेहमीच पिंगा घालत असतात, त्यांना मुक्तपणे मांडता येण्यासाठीचा केलेला सारा खटाटोंप.” नुकतेच ब्लॉगला एक वर्ष पूर्ण झाले. म्हणता म्हणता ३०० पोस्टही टाकल्या. लहाणपणापासूनच, “माणूस त्याचे अंतरंग, समाजात व घरातले त्याचे वागणे, भावजीवन-स्वार्थ, प्रेम, स्वभावाच्या निरनिराळ्या छटा” हे सारे मला मोहवत आले आहे. त्यामुळे आपसुकच त्यावरच जास्त लिहीत गेले. प्रवासाचेही मला जबरदस्त वेड, साहजिकच ती वर्णने-फॉटोंही आलेच. आणि आपल्या सगळ्यांचा वीक-पॉईंट-खाणे, म्हणून खाऊगल्लीही सुरु केली. कथा-कवितांनी अगदी लहानपणापासून जिव्हाळा लावलेला, त्यांचे खास स्थान आहेच. वाचकांनी खूप प्रोत्साहन दिले. त्यामुळेच मी लिहीत राहीले.

गेल्या वर्षभरात अगणित मित्र-मैत्रिणी जोडले, जिव्हाळ्याचे झाले. लवकरच प्रत्यक्ष भेटीगाठीचा योगही येईलच. ब्लॉगमुळे या काहीश्या एकटेपणाची झळ खूपच कमी झाली ही मोठी जमेची बाजू. श्री. दिपक शिंदे यांनी काढलेले माझ्या पाककृतींचे पुस्तक "पोटोबा" १७६० जणांनी डाउनलोड केलेय हे पाहून खूप आनंद होतो. वाचकांचे व दिपकचे मनःपूर्वक आभार. नेटभेट या जालावरील पहिल्या मराठी मासिकात सातत्याने लेख छापून आले आणि हे सारे केवळ इंटरनेटच्या सुविधेमुळेच करता आले.

८ मार्चला महिला दिन आहे. खरे पाहता, 'महिला दिन' साजरा करण्यामुळे स्त्रीच्या जीवनात काही फरक पडत नाही. पण आपली आठवण कुणीतरी ठेवतेय ही जाणीव तिला थोडीशी सुखावतेच. आणि कुणीच आठवण काढली नाही तर वाईट वाटायला लावायलाही हा दिवसच कारणीभूत ठरतो. विवक्षित दिवस नसता तर आठवण काढण्या न काढण्याचा प्रश्न्च उद्भवला नसता. एखादे नवीन कार्य हाती घ्यायला सुरुवात करायला एक नेमका दिवस मिळतो हा आणखी एक फायदा. एखाद्या कर्तुत्ववान स्त्रीला तिच्या कार्याची पावती द्यायला वेगळा दिवस शोधावा लागत नाही. एक नक्की की पूर्वी स्त्री कितीही कर्तबगार असली तरी ते सहसा कुणाला कळायचेच नाही. आता त्या दिवसाच्या निमित्ताने तिची सर्वांना ओळख करुन द्यायला संधी मिळते.

एक गोष्ट मात्र मला आवर्जून सांगावीशी वाटते ती म्हणजे, अगदी पुरातन काळापासून आज एकविसाव्या शतकातही स्त्रियाच स्त्रियांच्या शत्रू असल्यासारखे वागतात, छळ-शोषण करतात, हे पाहून अतिशय दुःख होते. समाजाबरोबर लढताना घरातल्यांबरोबरही तिला सतत लढावे लागते यासारखे दुर्दैव नाही. अव्याहत चालणारे सनातन दुःख याचबरोबर स्त्री ही, स्वतःच स्वतःचा अनंत प्रकारे छळ करुन घेते. मी अमुक केले तर लोक काय म्हणतील, नावे ठेवतील या भयाने अगदी छोट्या छोट्या गोष्टींना-आनंदांना ती सतत मुकते. स्वतःच स्वतःवर घालून घेतलेली बंधने तिचे व्यक्तिमत्व कोमेजून टाकतात, खच्चीकरण होते. या बंधनातून-विचारसरणीतून तिने बाहेर पडले पाहीजे. वय कुठलेही असले तरी अनेक गोष्टींची नवी सुरुवात करता येते व त्यात प्रावीण्यही मिळवता येते हे स्वतःला पटवले पाहिजे. सगळ्यात महत्वाचे म्हणजे, नेहमीच सारे काही फक्त कुटूंबासाठीच सदव त्याग, समर्पण या बरोबर थोडेसे स्वतःवरही प्रेम करायला शिकले पाहिजे. आपणच आपल्याला हीन लेखले तर इतरांनाही आपण तेच करायची मुभा देत आहोत हे ध्यानात ठेवायला हवे. स्वतःचा आदर करा, आपण फक्त राबले पाहिजे, त्यागच केला पाहिजे या बेडीतून मनाला थोडे मुक्त करा. आनंद वाटा व आनंदी राहा.

.......मलाच पाहिले मी.......

स्वतःलाच बरबाद होताना पाहिले मी
सभोवताली गुन्हे होताना पाहिले मी

नसा नसांमध्ये रक्त बनून जो वाहत होता
त्यास पाण्यासारखे वाहताना पाहिले मी

मोठेपणाशी माझी करु नका तुलना
स्वतःला वावटळीत भिरभिरताना पाहिले मी

समजत होता जो मला माझ्यापेक्षा जास्त
त्यालाही नाराज होताना पाहिले मी

गैर जे त्यासंबंधी काय तुमच्याशी बोलू
सावलीही माझी साथ सोडताना पाहिले मी

भाग्यश्री नचिकेत सरदेसाई
मिशिगन,अमेरिका

........"तू"........

मी कितीही विखुरलो
छिन्न भिन्न जाहलो
तू मला गोळा करतेस
लहान मुलाने चित्रकोडे
एकत्र करावे तसे....................!

मी इतुका अवघडलेला
तू मला सहज मोकळा करतेस !
सहजपणे सगळे कसे जमते तुला हे?

मी नेहमीच फाटलेल्या
वस्त्रा सारख्या अलग थलग
तू सगळा मला जोडुन
आईच्या मायेने,
माझ्या फाटलेल्या वस्त्रांची गोधडी करतेस
उबदार, आश्वस्त.....................
सहजपणे सगळे कसे जमते तुला हे?

थंडी इतुकी कडाक्याची
झाडांचे ही खराटे होतात
गिळुनी सगळा उबदारपणा
रात्रीही गारठतात
तू मात्र...................
मला बाहुपाशात घेऊन
विश्वाची उब माझ्या शरीरात भरतेस !
सहजपणे सगळे कसे जमते तुला हे?

तुझ्या स्तनातून वाहणारे दूध नाकारुन
तू तुझ्या विसर्ग झालेल्या गर्भाला
विसरलीस माझ्यासाठी !
सहजपणे सगळे कसे जमते तुला हे?

मी मात्र
पुन्हा पुन्हा उबीसाठी
तुझ्या शरीराला झोंबतो
अन
तू तरीही माझ्यासाठी मोकळी होतेस
हरेक रात्रीस !
सहजपणे सगळे कसे जमते तुला हे?



पुनःश्च हरीओम (विजयकुमार)
मुंबई

तुझ्यातली

माझ्यातली

आपल्यातलीच

एक ......

"अस्मिता"



सई श्रीपाद लेले

गृहिणी व समुपदेशक (काउंसेलर)

ठाणे

मी सई श्रीपाद लेले...... गेली २० वर्षे "भारतीय स्त्री शक्ति" या महिला संघटनेचे काम करते आहे. तळागाळातील बायकांपासून उच्च मध्यमवर्गीय महिला आमच्या कार्यकक्षेत येताय. या विविध आर्थिक गटातल्या महिलांसाठी वाचकमंच, निबंधस्पर्धा, व्यक्तिमत्व स्पर्धा, बचतगट, रोजगार प्रशिक्षण आणि मार्गदर्शन शिबिरे, संसाराची बिकट वाट सोपी करण्यासाठी समुपदेशन केंद्रे इ. चालवले जाते. मी स्वतः कुटुंब सल्ला केंद्रात समुपदेशक (काउंसेलर) म्हणून काम करते. हे सर्व काम सेवाभावी वृत्तीतून चालते. त्या अर्थाने हा माझा व्यवसाय नाही. पण जीवनध्यास जरुर आहे.

माझी जीवश्च कंठश्च मैत्रीण एके दिवशी परदेशात स्थायिक झाली. आम्हा दोघींचा एकमेकांशी दैनंदिन आणि दाट संवाद असे. ती दूरदेशी गेल्यामुळे तिच्याशी बोलायला मग तगमगू लागले. म्हणून माझ्या तरुण मुलांची आणि सूनेची मदत घेऊन मी संगणक शिकले. कारण त्यांच्या अकाउंटवर तिचे निरोप मला मिळत. मग इंटरनेटही शिकले. त्यांना दररोज सकाळी एखादी नवी वा जूनी अप्रतीम कविता सुप्रभात म्हणून पाठवू लागले. काव्यांजली ह्या मराठी कवितांच्या कम्युनिटिवर हि माझ्या कविता देऊ लागले. आश्चर्य म्हणजे त्यावर अभिप्रायही मिळू लागले. याचा फायदा म्हटला तर खूपच झाला. सई लेले नावाची कोणी कार्यकर्ती आपल्या मनातले, आपल्याला भावलेले लिहिते आहे, याची या छोट्याश्या जगात दखल घेतली गेली. प्रतिक्रियांमधून देखील वाचक मत्रिणी आपले प्रश्न विचारु लागल्या. आमच्या केंद्रात बहुतेकींना नवरा किंमत देत नाही. सावत्र आईच्या प्रभावामुळे बाप आपलेसे म्हणत नाही. नव-याने टाकलेल्या पोटच्या चिमुकल्यांना पुरेशी खावटी मिळत नाही. उतारवयात नव-याकडून अपमानित झालेल्या प्रौढेला अनिकेत व्हावे लागते. अबोध, तरुणाईच्या छायेत विशी पंचविशीतल्या मुली गरोदरपण अनुभवतात. परित्यक्ता तरुणपणी उपेक्षितच असतात. आणि प्रौढावस्थेत आपल्या मुलांच्या लग्नामध्येही पालापाचोळाच ठरतात. अशा कितीतरी बायका स्वतःला मान न देणा-या आपल्या आतली वीज न ओळखणा-या, आपल्या होरपळण्यावर कोणीतरी फुंकर मारेल म्हणून वाट बघणा-या. आत्मदयेत मग्न. ह्या सगळ्यांना दूरध्वनीवरुन, इंटरनेटवरुन वा प्रत्यक्षही समुपदेशन करताना मी ही हळू हळू घडत गेले. स्वतःच्या सांत्वना आपल्यातच असतात हे मला लख्खपणे उमगले. बाईची पेलण्याची, सोसण्याची आणि आल्या प्रसंगाला सामोरे जाण्याची अद्‌भूत ताकद फारच जवळून बघता आली. या सर्व भगिनींमध्ये जाणावली ती पृथ्वीची क्षमा, निसर्गाचा ममताळूपणा आणि आकाशाची विशालता सुध्दा !

जागतिक महिला दिनानिमित्ताने सर्वांना मनापासून सलाम !!

......वाट चुकलेल्या मैत्रिणीस......

गळ्यातल्या दाव्याला जुमानत नाय
कुठे गं चालली ही ऑढाळ गाय ?

काय तुझ्या मनात खंती नि खेद
ऑसाड भोवतालाला कसा देशील छेद ?

खदखद मनात, बंडखोरी तनात
उदास उदास छाया तुझ्या टिप्पूर नयनांत

मनातली खळखळ तुझ्या कळते गं मला
सावर आवर स्वतःला माझ्या शहाण्या फुला

मनातले तारे तुझ्या आहेत दूर दूर
झोंळीत तुझ्या रिकामपण तरी होंऊ नकों चूर चूर

क्षितिजाच्या पल्याड तुझ्या मनातला तारा
त्याला विसरुन बघ इथलाच हिरवा चिमणवारा

फिरुन तुझ्या मनात ठसव नाजूक रेशीमबंध
खूपणार काचणार नाही असा शोंध बेभान गंध

हातचें टाकून बये नकों पळत्यापाठी फिरु
जाळून टाकेल जीव असा पारा नको हाती धरु

लक्षात ठेव कपिला, नंदिनी नि सुरभीही तूच
संजीवक तुझी वृत्ती, स्वरतारकाही तूच !



सई श्रीपाद लेले
ठाणे

.......तीच तू ग चंडिणी.......

अशीच भेद तू नभा, चांदण्यांशी ऊधळूनि,
चंद्र तॊ तुझा कधी न, तू जगाची यामिनी
निश्चला तुला म्हणू की, मी म्हणू निर्मला
खेचूनी जी सुर्य आणे तीच तू ग चंडिणी...

व्यक्त हे आवाज आहे शक्तीचे, भक्तिचे
साद तू अशी खडी दे, बीज व्हावे मुक्तिचे
तू नाही मॊहात आता, तू असे मॊहिनी
खेचूनी जी सूर्य आणे तीच तू ग चंडिणी...

मी असा देहात आलॊ, थांबलॊ,...थबकलॊ !
पाहूनी तुला तुझ्या त्या तेजपूंजे भबकलॊ !
भस्मती तुझ्यात येता, तीच तू ग यज्ञिनी
खेचूनी जी सूर्य आणे तीच तू ग चंडिणी...

स्वर फेक तू स्वतः, जाणूनी विमुक्त तू,
व्याप्त तू, सशक्त तू, तूच विश्व, विरक्त तू
तू नसे आसक्त आता, तू असे स्वामिनी...
खेचूनी जी सूर्य आणे तीच तू ग चंडिणी...

भूषण महाजन
अमेरिका



तुझ्यातली

माझ्यातली

आपल्यातलीच

एक ......

"अस्मिता"



दुर्गा पांडुरंग जाधव

ॲडव्हेंचर स्पोर्टस इन्सट्रक्टर

नाशिक

नमस्कार माझ्या सर्व धाडसी मैत्रिणीनो, मी दुर्गा पांडुरंग जाधव, नाशिक मध्ये राहणारी एक सर्वसाधारण कुटुंबातील सर्वसाधारण मुलगी. ही साध्या मध्यमवर्गीय कुटुंबातील मुलगी कधी, कशी कुठे अड्व्हेंचर स्पोर्टस मध्ये आली हे तिलाही ठाऊक नाही. मी ५वीत असल्यापासून कबड्डी खेळू लागले. त्या खेळाची इतकी आवड निर्माण झाली की राज्यस्तरीय पातळी पर्यंत मी कबड्डी खेळले आहे. कालांतराने इतर खेळांची आवड आपसुकच निर्माण झाली. माझ्या वडिलांची खूप इच्छा होती की मी स्वसंरक्षणाचे खेळ शिकावेत, खेळावेत त्यात नैपुण्य मिळवावे कारण एक स्त्रीच स्वतःची उत्तम संरक्षक बनु शकते. वडिलांची इच्छा आणि अर्थात माझा त्या खेळांकडे असलेला कल पाहून मी ८वीत असताना ज्युडों ह्या खेळाची निवड केली. ज्युडों शिकल्यावर अस खूप प्रकर्षाने जाणवलं की एक स्त्री हि मनाने तर खंबीर असतेच पण तितकीच ती शरीराने ही खंबीर बनु शकते आणि आत्मविश्वासाने स्वतःचे संरक्षण स्वतः नक्कीच करु शकते. २००१ ते आतापर्यंत मी ज्युडों ह्या खेळात ११ वेळा राज्यस्तरीय पातळीवर आणि १ वेळा राष्ट्रीय पातळीवर खेळले आहे. सध्या ज्युडोंच्या नविन विद्यार्थ्यांना मी बेसिक प्रशिक्षण देते. आणि हो ह्या स्वसंरक्षणाच्या खेळात अधिकाधिक मुली याव्यात ह्या करिता कार्यशील सुध्दा असते. मला अस नेहमी वाटत की प्रत्येक स्त्री जर स्वसंरक्षण शिकेल तर समाजातील बरेच गुन्हे हे आम्ही स्वतः टाळू शकतों. २००७ पासून एका शाळेत मी योगा व ज्युडों टिचर म्हणून काम करत आहे. तसेच गेल्या सहा वर्षापासून मी ॲड्व्हेंचर स्पोर्टस खेळत आहे आणि शिकवतही आहे. मी सध्या रॉक क्लायम्बिग, रॅपलिंग, व्हॅली-रिव्हर क्रॉसिंग, जुमारींग, रायफल शूटींग, आरचरी, ट्रेझर हंट, मॅप रीडींग, पॅरा सिलिंग इत्यादी अडव्हेंचर स्पोर्टस शिकवत आहे. २३ जानेवारी ला बेलापूर येथे इंटरनॅशनल रॉक क्लायम्बिग स्पर्धेत माझा ८वा क्रमांक आला. खर सांगू का मला एक स्त्री म्हणून हे सर्व करताना, शिकताना, शिकवताना कधीच काही अडचणी नाही आल्यात उलटपक्षी मी हे सर्व अधिकाधिक उत्तम रितीने कसे सादर करु शकेन ह्या कडेच जास्त लक्ष दिला. स्त्री दिनाच्या दिवशी मला एक स्त्री म्हणून माझ्या सर्व मैत्रिणींना एकच सांगावस वाटतय की मनात जर जिद्द असेल आणि इरादे पक्के असतील ना तर स्त्री कुठलही आव्हान सहज पेलवू शकते. मग ते ॲडव्हेंचर स्पोर्टस असु देत कि मग आणखी काही.. एक स्त्री स्वतःचीच सख्खी मैत्रीणही बनु शकते आणि कट्टर शत्रुही... तुम्हाला काय बनायचय हे तुम्ही ठरवा मी माझा निर्णय केव्हाच घेतलाय. जागतिक महिला दिनाच्या माझ्या सर्व धाडसी मैत्रिणीना खूप खूप शुभेच्छा !!!

दुर्गा पांडुरंग जाधव (नाशिक)

.......तू.......



तू लावण्य पखरण
तू ईश्वरी गरिमा
तू रंगांची उधळण
.....तू नटलेली पश्चिमा.....

तू भावगर्भ जोगीण
भावातुर संध्याकाळी
तू स्वच्छ आकाशात
.....घनमेघ शाम माळी.....

तू घनकल्लोळाचा नाद
तू जलमेघांची दिंडी
तू चिमुरड्यांचा वाद
.....अडगळीत जपली भांडी.....

तू शिरामागले तेज
तू प्रदक्षिणा राउळाभोंवती
दूर खडावांचा आवाज
.....तू पाठमोरी आकृती.....

तू वेदांताचा अर्थ
तू विद्वतेचे वाण
तू अनाकल प्रश्नगर्भ
.....भिवईची वाकडी कमान.....

तू पाउसाची सुखशिंपड
तू मोर कौलावरला
तू भूभेगांतील कोरड
तू चातक डोळ्यांमधला.....

तू स्वर्णमृगी मोह
तू रक्षक लक्ष्मण रेखा
तू अमर्याद वेडा मुजोर
.....तू नाभी वेधक जेता.....

तू उषःकाल तू तम कभिन्न
तू घनगर्द तू पानगळी
तू दिर्घकाल तू गेला क्षण
तू पाताळी तू देवस्थळी.....

तू अशीही तू तशीही
रंग तुझे वा तू रंगाकरीता
तू स्वप्नपूर्ती तू मनःशांती
.....तू माझी काव्यसरिता.....

प्राजक्त देशमुख
नाशिक

तुझ्यातली

माझ्यातली

आपल्यातलीच

एक ......

“अस्मिता”

R.J. स्मिता

रेडियॊ जॉकी (R.J.) व प्रॊड्युसर

९८.३ एफ.एम. रेडियॊ मिर्ची

पुणे



हॅलॊ फ्रेंड्स..... तुमच्या मनातलं, तुमच्या भाषेत, तुम्हाला सांगणारी मी ...म्हणजे रेडिऒची निवेदिका... स्मिता. ज्याना आजकाल लोक आर. जे. म्हणतात. रेडियॊ मिर्ची ९८.३ एफ.एम.वर मी आर.जे. आणि प्रोड्युसर म्हणून काम करते. पुण्यात रेडियॊ मिर्ची वर आलाप, फ्लॅशबॅक, रातबाकी, टॊटल फिल्मी आणि गेली सव्वा चार वर्षे ख़ूबसूरत हा महिलांचा शॊ करुन सध्या पुणे, नाशिक, कोल्हापूर आणि औरंगाबाद साठी मी पुरानी जिन्स हा जुन्या हिंदी, मराठी गाण्यांचा शॊ रात्री ९ ते १२ ह्या वेळॆत सादर करते. आजच्या धावपळीच्या युगात आपल्या प्रत्येकालाच आपलं म्हणन ऐकणारा श्रोता हवा असतॊ. एक मित्र हवा असतॊ. गप्पा मारणारं जिवाभावाचं कुणीतरी हव असतं आणि मी exactly तेच करते. तुमचे ताणतणाव हलके करते ते ही ज्ञान, मनॊरंजन, शिक्षण आणि माहिती पुरवत.

माझ्यासारख्या एका सर्वसामान्य मध्यमवर्गीय कुटुंबातील मराठी मुलीला अस स्वप्नातही वाटलं नव्हत कि मी ह्या ग्लॅमरस क्षेत्रात येईन. M.Sc च्या शेवटच्या वर्षाला असताना पुण्यात माझ्या मित्राच्या सांगण्यावरुन मी आपली सहजच चक्क टाईमपास म्हणून एका रेडिऒ ऑडिशनला गेले आणि आश्चर्य हे की तब्बल दोन महिन्यानंतर ३००० पार्टिसिपंट्स मधून माझे सिलेक्शन झाले. तॊ काळ ८ वर्षांपुर्वीचा होता. जेव्हा महाराष्ट्रात/भारतात खाजगी एफ.एम. ची कोणाला फारशी माहीती नव्हती. आणि मुली तर फारच क्वचितच येत ह्या प्रोफेशन मध्ये. पण आता परिस्थिती बदलली आहे. रेडिऒ निवेदिका म्हणजेच आर.जे. हा मुलींसाठी एक उत्तम प्रोफेशन आहे कारण मुलीना आपल्या भावना मांडण हे उपजतच छान रित्या जमतं. आणि ब-याच जणीना तर समजुतदारपणा आणि इतरांना सम्जून घेणे ही कला देवाकडूनच जन्मतः मिळालेली असते. तेव्हा मी माझ्या सखींना ह्या क्षेत्राकडे वळण्यासाठी नक्किच प्रोत्साहन देईन. हा आता इतर प्रोफेशन प्रमाणे येथे हि कामाचा व्याप, प्रेशर, डेड्लाईनस, चॅलेंजेस आहेतच. पण मग मला एवढी खात्री नक्किच आहे की माझ्या सख्या हे सगळ करुन आपली एक छाप आज सर्वत्र पाडत आहेतच कि. आर.जे., प्रोडुयसर हि दुहेरी भुमिका पार पाडत असताना मला “Life Line” सारखं कोण मदत करत असेल तर ते इंटरनेट !! माझ्या शोजचे रिसर्च, स्क्रिपटींग यासाठी मला इंटरनेटचा अत्यंत उपयॊग होतो. माझे सर्व रसिक श्रोते इंटरनेट च्या माध्यमातून माझ्याशी नेहमी 24x7 संपर्कात असतात. आमची स्वतःची वेबसाईट आहे www.radiomirchi.com जिथे मी माझ्या श्रोत्यांचे ईमेल्स, एसएमएस, ब्लॉग्स, मेसेजेस व गाण्यांच्या फर्माईशी वाचु शकते. मराठी काव्याचा वारसा लाभलेल्या माझ्या घरात नेहमी काव्यमय वातावरण असायचे. माझे आजॊबा किर्तनकार त्यांचे भाऊ एक उत्तम कवी, माझे काका गझलकार श्री.रमन रणदिवे आणि सासरे प्राध्यापक श्री. जयंत कुमार त्रिभुवन हे सुद्धा नावाजलेले कवी त्या मुळे घरातच काव्य आणि संगीत अगदि लहाणपणापासूनच होते.

मलाही कविता वाचायला आणि लिहायलाही आवडतात. आमच्या परीवाराचा वर्षातून एकदा एक खास काव्य वाचनाचा कार्यक्रम होत असतो... आणि तेव्हा मला माझी एखादी तरी कविता सादर करावीच लागते.

महिला दिनाच्या निमित्ताने मी माझ्या सर्व सख्यांना हेच सांगेन की क्षेत्र कुठलही असो स्त्री आज कुठेही पाठी नाही आहे. क्षेत्र कुठलही निवडा but always give your BEST आणि आपण स्त्रिया हे अगदी उत्तम रित्या करतो ...प्रामाणिकपणा, मेहनत आणि आपलं समजून काम करण्याची वृत्ती ह्यामुळे आज अनेक क्षेत्रांत महिला आघाडीवर आहेत आणि ह्याचा मला खूप खूप अभिमान ही आहे. मी स्वतः घर आणि माझ काम ह्यांच्यात व्यवस्तिथ ताळमेळ सांभाळून एक समाधानी आयुष्य जगत आहे... जर मी हे करु शकते तर माझ्या सारखी सर्वसामान्य कुटुंबातून येणारी प्रत्येक मुलगी हे करु शकते आणि स्वतःची एक ओळख आज जगासमोर बनवू शकते. Be Confident & belive in yourself... Happy Women's Day !

रेडियोचा listener असा असतो राव !!

असो कुठलही शहर, असो कुठलाही गाव,
रेडियोचा listener असा असतो राव !!

रोज त्यांच्या साठी करायचा show prep
तासंतास चालू तोंडाची tape
यांची संख्या वाढली तर वाढतो आमचा भाव
रेडियोचा listener असा असतो राव !!

दुपारच्या शो वर जो जिंकतो gift
तोच होतो संध्याकाळी दुस-या fm वर shift
बक्षिसांठी काही बदलतात आपलं नाव
रेडियोचा listener असा असतो राव !!

काही असतात भोळे काही असतात धूर्त
RJ ला खुश करुन साधतात आपला स्वार्थ
पण voucher जिंकल्यावर नसतो RJ ला ही भाव
रेडियोचा listener असा असतो राव !!

काही मात्र खूप जीव टाकतात
जीवाचा कान करुन आमचा आवाज ऐकतात
असते त्यांना फक्त निखळ मत्रीची हाव
आणि क्वचितच असा listener भेटतो राव !!

असले ते कसेही तरी करतात खूप प्रेम
त्यांच्याच मुळे मिळतं नेम आणि फेम
रोज शो वर जमा होतो असा listener चा गाव
त्यातच मी घेत राहते माणुसकीचा ठाव
रेडियोचा listener असा असतो राव !!

R.J.स्मिता
पुणे



रसिकांना नेहमी उत्तमोत्तम आणि नवनवीन काव्य पुरविण्याचा ई-साहित्य प्रकाशनाचा ध्यास 'नेटाक्षरी' जोमाने पार पाडत आहे. दर आठवड्यात मिळणा-या तुमच्या प्रतिसादांनी आमचा उत्साह व्दिगुणीत होतोय, नेटाक्षरी हा साप्ताहिक अंक सध्या सुमारे ५०००० मराठी रसिकांना विनामूल्य वितरीत केला जातो. त्या व्यतिरिक्त वेबसाईट्वर व्हिजिट करुन वाचणा-यांची संख्या लक्षणीय आहे. हा अंक आपण आपल्या ईष्टमित्रांना फॉरवर्ड करण्यास आमची काही हरकत नाही परंतु असे करताना आमच्या आयडीचा अंतर्भाव केल्यास आम्ही आभारी राहू. मराठी कवितेची लोकप्रियता वाढवण्यास आपला हातभार लागावा ही इच्छा. आपल्या सारख्या रसिकांच्या सहाय्याने हा अंक लवकरच एक लक्ष वाचकांपर्यंत नियमित पोहचवण्याचा आमचा संकल्प सिध्दीस जाईल असा आम्हाला विश्वास आहे.

ई-साहित्य प्रतिष्ठानची इतर विनामूल्य
ई-साप्ताहिके

स्वरनेटाक्षरी ऑडियो अल्बम,
हास्य नेटाक्षरी, बालनेटाक्षरी

व प्रसिध्द झालेली ई-बुक्स

टल्लीची शाळा, मकरंदच्या त्रिवेण्या,
ग्रेव्हयार्ड लिटरेचर, चार क्षण, तो आणि ती,
प्रियेचे अभंग, देशी दारुचे दुकान-3D

हा विनामूल्य अंक नियमित मिळण्यासाठी तसेच
सूचना,अभिप्राय,प्रतिक्रियांसाठी..

netaksharee@gmail.com